

# УДАЧА КАК НАВЫК

Научный подход  
к созданию возможностей



Виктор Кросс

**Виктор Кросс**  
**Удача как навык.**  
**Научный подход к**  
**созданию возможностей**

*<https://litres.ru/74532488>*

*SelfPub; 2026*

**Аннотация**

Перестаньте завидовать тем, кому «просто повезло». Удача гораздо чаще рождается не из магии, а из поведения, которое повышает вероятность нужной встречи, идеи и шанса. Эта книга раскладывает удачу на тренируемые элементы: готовность, заметность, открытость, чувствительность к возможностям, сильные связи, правильную среду и умение превращать неудачу в новый маршрут. Внутри реальные истории, упражнения, тесты, ежедневные практики и способы создать собственный «счет удачи», который растет от маленьких действий. Если вам кажется, что хорошие возможности всегда достаются другим, прочитайте эту книгу и проверьте неприятную, но освобождающую мысль: возможно, удачу не нужно ждать. Нужно стать человеком, которого ей легче найти.

# Содержание

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Предисловие                                                                    | 4  |
| Предисловие: Мы все неправильно понимаем удачу                                 | 6  |
| Часть первая: Новое понимание удачи                                            | 11 |
| Часть вторая: Формирование «конституции удачи»                                 | 12 |
| Часть третья: Развенчание мифов об удаче                                       | 13 |
| Часть четвертая: Реальные примеры удачи                                        | 14 |
| Часть пятая: Секреты поддержания удачи                                         | 15 |
| Часть первая: Новое понимание удачи                                            | 16 |
| Глава 1: Удача — это не мистика, а наука                                       | 16 |
| Научные основы удачи                                                           | 17 |
| Пример: почему некоторым людям всегда «как раз» удается встретить благодетеля? | 19 |
| Эксперимент: как действуют три составляющих удачи?                             | 21 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                              | 22 |

# **Виктор Кросс**

## **Удача как навык.**

### **Научный подход к созданию возможностей**

#### **Предисловие**

Удачу часто ошибочно считают шуткой судьбы, заставляющей человека пассивно ждать. Однако правда гораздо интереснее: удача — это не мистика, а наука, которую можно понять и развить. Эта книга познакомит вас с истинной сущностью удачи и раскроет, как она складывается из подготовки, открытости и готовности к новым возможностям. Вы увидите, как обычные люди благодаря небольшим шагам переходят от обыденности к неординарности; вы узнаете, как с помощью простых привычек заставить возможности сами искать вас. Независимо от того, чувствуете ли вы себя в тупике на работе, теряетесь на пути к собственному делу или просто хотите, чтобы в вашей жизни было больше «удачи», эта книга предоставит вам практические инструменты и вдохновение. С этого момента отбросьте мифы об удаче и наберитесь смелости действовать, ведь когда вы готовы, уда-

ча выглядит как реальная сила. Давайте вместе станем хозяевами своей удачи.

# **Предисловие: Мы все неправильно понимаем удачу**

Слово «удача» всегда окутано ореолом таинственности. Она похожа на шутку судьбы: то благоволит к нам, то играет с нами в игры, и мы не можем понять, в чем же дело. Мы часто слышим такие фразы: «Ему просто повезло!» или «Если бы мне повезло чуть больше!» За этими словами скрывается распространённое заблуждение — что удача является случайной, неконтролируемой и что её можно только пассивно ждать. Однако правда гораздо сложнее и гораздо интереснее. Удача — это не мистика, а наука, которую можно понять, к которой можно подготовиться и которую даже можно создать.

Начнём с реальной истории. В 2015 году двое молодых людей из Тайбэя, Амин и Сяовэнь, одновременно устроились в один стартап на должность специалистов по маркетингу. У них было схожее прошлое: одинаковое образование, одинаковый стартовый оклад, и даже оценка их начальника была почти одинаковой — «имеют потенциал, но нужно ещё потрудиться». Пять лет спустя, в 2020 году, карьера Амина стремительно пошла в гору: он стал руководителем отдела маркетинга компании, его годовая зарплата увеличилась в три раза, а рекрутинговые агентства постоянно с ним

связывались. А как же Сяовэнь? Она по-прежнему выполняла аналогичную работу в том же отделе, её зарплата едва поспевала за инфляцией, и она время от времени жаловалась: «Почему удача всегда обходит меня стороной?»

Почему у этих двух людей с одинаковыми способностями через пять лет разница в достижениях составила целых десять раз? На первый взгляд кажется, что Амину «повезло больше»: проекты, за которые он отвечал, всегда находили одобрение у руководства, в решающие моменты ему всегда приходили на помощь влиятельные люди, и у него даже было больше возможностей сменить работу, чем у других. Но если вникнуть глубже, становится ясно, что «удача» Амина не свалилась с неба. До того, как представилась возможность, он сделал бесчисленное количество незаметных мелочей: активно участвовал в межведомственных совещаниях, ежедневно уделял десять минут чтению отраслевых отчетов, делился своими взглядами в социальных сетях и даже использовал обеденный перерыв для налаживания отношений с коллегами. Эти действия кажутся мелочными, но именно они сделали его «подготовленным обычным человеком», а удача всегда благоволит к таким людям.

Именно в этом заключается главный вывод книги: удача — это не чистая случайность, а сочетание готовности, заметности и открытости. Готовность — это ваша способность быть начеку, ожидая возможности; заметность — это вероятность того, что возможность найдет вас; открытость — это

смелость принять неопределенность. Эти факторы не являются чем-то таинственным, но способны систематически изменить траекторию вашей удачи. Независимо от того, считаете ли вы себя «чуть-чуть не повезло» в карьере, являетесь ли предпринимателем, стремящимся вырваться из сложившейся ситуации, или рационалистом, уставшим от «науки успеха», эта книга откроет вам совершенно новый взгляд: удачу можно в себе воспитать.

Рассмотрим ещё один пример — на этот раз о тайваньской предпринимательнице Ицзюнь. В 2018 году она открыла небольшую пекарню, специализирующуюся на здоровых сладостях. Поначалу дела шли плохо, и на её продукцию почти никто не обращал внимания. Она даже задумывалась, не «не везёт» ли ей, ведь конкуренты, открывшиеся в то же время, казалось, всегда привлекали больше клиентов. Но Ицзюнь не сдалась. Она начала делиться в Instagram историями о выпечке, документируя процесс приготовления каждого вида выпечки и даже публикуя неудачные эксперименты. Постепенно её посты привлекли группу преданных поклонников, среди которых оказался местный кулинарный блогер. Один из его постов сделал кондитерскую Ицзюнь популярной в одночасье, и заказы посыпались как снег. Спустя три года её бренд появился в нескольких сетях супермаркетов и даже начал экспортироваться за рубеж.

Успех Ицзюнь может показаться «удачей», но за ним стоят её долгие приготовления и активные действия. У неё не

было с рождения огромных ресурсов или связей, но она знала, как повысить свою узнаваемость и как создавать возможности в обычной повседневной жизни. Её история говорит нам: удача не приходит сама по себе — её нужно создавать.

Тем не менее, представления многих людей об удаче по-прежнему остаются в сфере мифов. Мы привыкли приписывать успех «удаче», а неудачу — «невезению», но редко задумываемся: что же такое удача на самом деле? Почему некоторым людям всегда «как раз» попадаются благодетели? Почему одни умеют найти выход из кризиса? Ответы на эти вопросы лежат не в знаках зодиака, натальных картах или мистике, а в науке, привычках и действиях.

Психолог Ричард Уайзман (Richard Wiseman) однажды провёл известный эксперимент, посвящённый удаче. Он собрал две группы людей: одна считала себя «удачливой», а другая — «неудачливой», — и предложил им выполнить одинаковое задание: подсчитать, сколько фотографий содержится в одной газете. «Удачливые» люди в среднем потратили на это менее минуты, а «неудачливые» — зачастую более двух минут. Почему? Потому что на второй странице газеты была размещена заметная подсказка: «В газете 43 картинки, хватит считать!» «Удачливые» люди легче замечали эту подсказку, а «неудачливые» сосредоточивались на подсчете картинок и упускали из виду окружающие подсказки.

Этот эксперимент раскрыл ключевой момент: людям, которым везет, на самом деле не благоволит божество, просто

они лучше умеют улавливать возможности. Их мышление более открыто, они действуют более активно и привыкли к гибкости. И эти качества может развить в себе любой человек с помощью практики.

Эта книга шаг за шагом раскроет вам науку об удаче — от развенчания мифов до формирования вашей собственной «удачливой натуры». С помощью реальных примеров, научных исследований и практических упражнений мы раскроем логику, лежащую в основе удачи. Вы обнаружите, что удача — это не недостижимая магия, а сила, которую можно построить своими действиями. Ниже представлена основная структура книги, которая поможет вам сориентироваться в предстоящем путешествии:

# **Часть первая: Новое понимание удачи**

Эта часть разрушит ваши устоявшиеся представления об удаче. Мы рассмотрим научные основы удачи, проанализируем, как «счастливики» готовятся к удаче, выявим «слепые зоны», мешающие удаче, и предложим практический тест на притяжение удачи. Вы научитесь переходить от пассивного ожидания к активной подготовке.

## **Часть вторая: Формирование «конституции удачи»**

Здесь мы сосредоточимся на действиях. Вы узнаете, как повысить свою заметность, натренировать «нюх» на возможности, создать благоприятную среду для удачи и даже изменить манеру речи, чтобы притягивать удачу. Каждая глава сопровождается конкретными упражнениями, которые помогут вам постепенно выработать привычки, приносящие удачу, в повседневной жизни.

# **Часть третья: Развенчание мифов об удаче**

В этой части мы подробно разберем распространенные заблуждения об удаче. Мы проследим за реальной повседневной жизнью «счастливиц», раскроем правду, скрывающуюся за «мгновенным успехом», и научим вас, как перестать бессмысленно сравнивать себя с другими и сосредоточиться на своем собственном пути к удаче.

# **Часть четвертая:**

## **Реальные примеры удачи**

На примере шести реальных историй мы покажем, как обычные люди прошли путь от заурядности к выдающимся достижениям. Вы узнаете, как продавец из магазина удобств стал региональным менеджером, как после 20 отказов наступил переломный момент и как небольшая ошибка привела к огромному успеху.

# Часть пятая: Секреты поддержания удачи

Удача не бывает раз и навсегда. В этой части вы узнаете, как избежать «усталости удачи», привлекать больше возможностей с помощью благодарности, управлять своей энергией для поддержания оптимальной формы и создать непрерывный цикл удачи.

А теперь вернёмся к истории Амина и Ицзюнь. Их успех не был случайностью, а проистекал из глубокого понимания удачи и умения применять его на практике. Они не умнее и не богаче нас с вами, но знают, как стать теми, кого «находит удача». Эта книга поможет вам встать на тот же путь — от пассивного ожидания к активному созиданию, от «чуть не повезло» к «удача — это сила».

В следующих главах мы подробно рассмотрим научные основы удачи, раскроем секреты «счастливиц» и предложим практические инструменты, которые помогут вам начать собственное путешествие к удаче. Готовы? Давайте вместе станем хозяевами своей удачи.

# **Часть первая: Новое понимание удачи**

## **Глава 1: Удача — это не мистика, а наука**

Слово «удача» часто окутано ореолом таинственности, словно это случайный дар судьбы, о котором можно только молиться или сокрушаться. Однако, если внимательно приглядеться к тем, кого называют «счастливчиками», можно обнаружить удивительную правду: удача — это не неуловимая мистика, а наука, которую можно понять, разобрать на составляющие и даже систематически развивать. Эта глава познакомит вас с научным миром удачи, раскроет три её основных компонента — готовность, видимость и открытость — и с помощью экспериментов и реальных примеров научит вас, как сделать удачу своим союзником.

# Научные основы удачи

Давайте начнём с одного классического психологического эксперимента. Британский психолог Ричард Уайзман (Richard Wiseman) в своей книге «Фактор удачи» (The Luck Factor), изданной в 2003 году, рассказал об эксперименте, который изменил подход к изучению удачи. Он набрал 400 участников и разделил их на две группы: одна считала себя «удачливой», а другая — «неудачливой». Он раздал каждому по газете и попросил подсчитать, сколько в ней картинок. Результаты оказались поразительными: «удачливые» участники в среднем справлялись с заданием за несколько секунд, а «неудачливые» часто тратили на это более двух минут.

В чём же причина? На второй странице газеты была огромная подсказка: «В газете 43 картинки, не считайте больше!» «Люди из группы «удачливых» почти все обратили внимание на эту подсказку, в то время как участники из группы «неудачливых» сосредоточились на подсчете картинок и упустили из виду окружающие подсказки. Уайзман далее обнаружил, что «удачливые» люди на самом деле не пользуются особой благосклонностью судьбы, а их образ мышления и поведенческие привычки позволяют им лучше улавливать возможности. Они более расслаблены, более внимательны и более открыты к неожиданностям.

Этот эксперимент раскрыл ключевой момент: удача не яв-

ляется случайностью, а тесно связана с нашим мышлением, поведением и окружающей средой. Учёные разделили удачу на три основных компонента:

**Готовность:** то, что вы накопили и подготовили до появления возможности. Неподготовленный человек не сможет воспользоваться возможностью, даже если она будет прямо перед глазами.

**Заметность:** вероятность того, что вас «заметят» при появлении возможности. Скромность, конечно, безопасна, но если никто не знает о вашей ценности, удача вряд ли к вам придет.

**Открытость:** ваша готовность принимать неопределённость и новизну. Те, кто сопротивляется изменениям, часто упускают момент, когда удача стучится в дверь.

Эти три компонента — не врождённые способности, а навыки, которые можно постепенно развить с помощью практики. Давайте теперь на примере реальных случаев и экспериментов подробнее разберём, как они работают.

# Пример: почему некоторым людям всегда «как раз» удается встретить благодетеля?

В 2017 году молодая дизайнерша из Тайбэя по имени Сяо Юй посетила выставку дизайна. Изначально она пошла туда просто с целью поучиться, но неожиданно познакомилась с руководителем международного бренда. Этот руководитель был впечатлён портфолио Сяо Юй и впоследствии пригласил её принять участие в международном проекте. Эта возможность позволила Сяо Юй перейти от полной неизвестности к статусу звезды в своей отрасли. Когда история о ней распространилась в кругу друзей, все говорили: «Ей так повезло, как же она «случайно» встретила влиятельного человека?»

Но правда заключается не только в слове «случайно». За «удачей» Сяо Юй скрываются явные следы тщательной подготовки. Во-первых, она была поразительно хорошо **подготовлена**. Перед выставкой она потратила три месяца на переработку своего портфолио, отбирая работы, которые наилучшим образом отражали её индивидуальный стиль, и даже обратилась к старшим коллегам за советом по поводу улучшения презентации. Во-вторых, её «**заметность**» не была случайной. На выставке она сама завязывала разговоры с незнакомыми людьми, делилась своими дизайнерскими иде-

ями, а также в режиме реального времени публиковала в Instagram свои впечатления от участия в выставке, что и привлекло внимание того руководителя. Наконец, её **«открытость»** позволила ей воспользоваться представившейся возможностью. Когда руководитель предложил ей сотрудничество, Сяо Ю, хотя и испытывала внутреннее беспокойство, всё же смело согласилась, готовая принять вызов и попробовать себя в неизвестной ей сфере.

История Сяо Юй — не единичный случай. За бесчисленными встречами, которые кажутся «удачными», стоит похожая логика. Удача не падает с неба, а представляет собой мост, который вы строите своими действиями. Чтобы дополнительно подтвердить это, давайте рассмотрим ещё один эксперимент.

# **Эксперимент: как действуют три составляющих удачи?**

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.